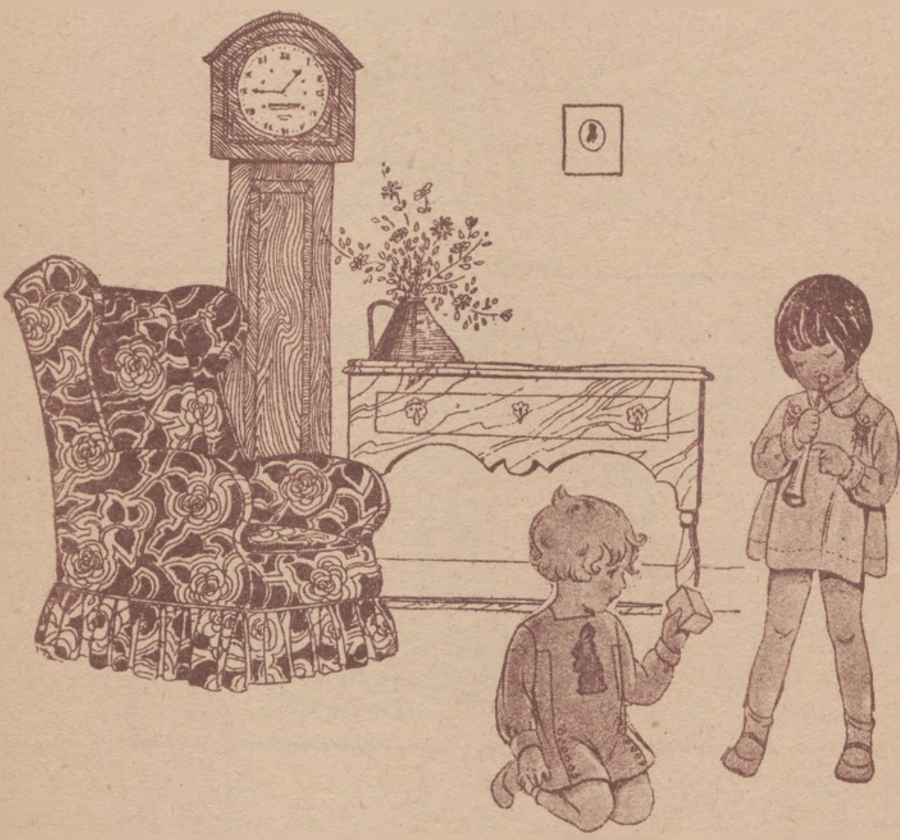
RADY PRAKTYCZNE

Dodatek do Nr. 10

DWUTYGODNIKA „MŁODA MATKA"

UBRANKA



Opis ubranek na str. 4-ej.

SWETEREK — ZAKIECIK

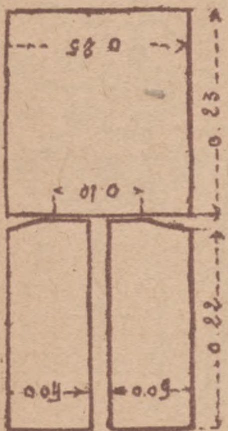




1



3



2



4

Podajemy fason bardzo ładnego sweterka na chłodniejsze dni letnie. (rys. 1.).

Trzeba wykroić z papieru lub bibułki formę według rys. 2, (wymiary należy powiększyć lub zmniejszyć stosownie do wzrostu dziecka). Podług tej formy robi się sweterek łatwym ściegiem dość ścisłym (rys. 3). Potem cały sweterek obrabia się trzy lub cztery razy ściegiem słupkowym (rys. 4). Przytem po każdym rzędzie zrobionym wełną, robi się rząd jedwabiem. Widać to jasno na rysunku 4. Na rękawki dorabia się po trzy rzędy więcej. O ile chce się mieć rękawki dłuższe, można zrobić 4 lub 5 rzędów. Jedwab może być w innym kolorze niż wełna np. bardzo ładnie wyglądać będzie sweterek z białej wełny „zephir“ w połączeniu z różowym jedwabiem, albo wełna jasno popielata a jedwab zielony lub różowy i t. p. lub odwrotnie sweterek różowy (nadaje się bardzo dla dzieci mizernych) czy niebieski a jedwab biały, sweterek jasno zielony (odcień pastelowy bardzo ładnie wygląda dla dzieci jasnych, o żywej cerze) a przybranie popielate lub piaskowe



3 4

1. *Ubranko z zielonej flory dla małego chłopczyka. Na przodzie zajączek wyszyty lub lepiej aplikacja z ciemniejszej flory.*
2. *Sukienka z jasnej flory. Dla braciszka i siostrzyczki można zrobić ubranko i sukienkę z takiej samej flory i sukienkę przyozdobić także na przodzie aplikacją.*



5 6 7

3. *Ubranko z kolorowego płótna, kołnierzyk i mankiety z płótna białego.*
4. *Majteczki z szeleczkami z płócienka w paseczki, bluzeczka z białego płótna lub zefiru. Do jednej pary majteczek można zrobić kilka bluzeczek.*
5. *Śliczna sukienka z kolorowej satynki, batystu, lub kreponu.*
6. *Sukienka z trykotny ozdobiona barwnem wyszyciem.*
7. *Sukienka dla małej dziewczynki — kolorowe wyszycie.*
8. *Majteczki cemno-granatowe z grubego płótna lub rypsu — bluzeczka płócienna biała.*



8 9

9. *Sukienka dla 7-letniej dziewczynki z satynki lub kreponu, kołnierzyk i mankiety z białego batystu — biały skórzany paseczek.*

ŁATWE WYSZYCIA NA LETNIE SUKIENKI LUB FARTUSZKI



Nie wolno dawać dzieciom napojów alkoholowych. Najzdrowszym napojem jest czysta woda.



Nie trzymajcie dzieci w dusznem mieszkaniu: powietrze i słońce — to czynniki zdrowia.

KUCHNIA DZIECIĘCA

OMLET ZE SZPINAKIEM.

Szpinak jest jedną z najzdrowszych jarzyn, niestety, wiele dzieci nie lubi szpinaku. Dobrze jest wobec tego podawać szpinak z jakąś potrawą z jajek, np. z omletem, który dzieci zazwyczaj lubią, w ten sposób szpinak łatwiej jest „przemycić". Po jakimś czasie dzieci przyzwyczają się do smaku szpinaku i będą go jadły bez jajek. Można też szpinak zrobić z jajkami na twardo — przyrządzony szpinak posypać siekanemi jajkami, lub położyć na nim sadzone jajka t. z. „wole oczka", tak zwykle przez dzieci lubiane.

Omlet ze szpinakiem robi się w następujący sposób. Rozbić dobrze i posolić jajka z mlekiem, biorąc łyżkę mleka na 2 jajka. Wylać na patelnię z rozpalonem masłem i smażyć, obracając ciągle patelnią, aby się jajka równo ścięły. Potem dosmażyć na wolnym ogniu. Gdy omlet jest gotowy, położyć na ogrzanym talerzu, bo omlet prędko stygnie, przełożyć gęsto ugotowanym szpinakiem i zawinąć.

Można też zrobić omlet z zielonym groszkiem.

Dla małych dzieci można do omletu brać nie całe jajka tylko same żółtka.

Szpinak dla młodszych dzieci przetrzeć przez sito kilka razy.

JAJECZNICA ZE SZPARAGAMI.

Ugotować szparagi, pokroić w drobne kawałki, rozmieszać z surowemi jajkami, przygotowanemi na jajecznicę, wlać na dobrze rozpalone masło i usmażyć. Bardzo smaczna i lubiana przez dzieci potrawa.

KARTOFLANKA.

Zagotować kartofle i odlać pierwszą wodę. Dolać 1½ szklanki wody i gotować, aż się kartofle rozgotują, przetrzeć przez sito, posolić i dodać łyżeczkę świeżego masła. Dla dzieci starszych, po 2 latach, można zaprawić rozbitem w wodzie (gotowanej) żółtkiem.

GALARETKA CYTRYNOWA.

Bardzo zdrowe dla dzieci są wszelkie galaretki owocowe, zwłaszcza teraz, gdy świeże owoce są bardzo drogie, a młode jarzyny jeszcze się na targu nie pokazały, albo żądają za nie takie ceny, że mało kto może sobie na nie pozwolić.

Na 2 szklanki wody wziąć jedną dużą cytrynę, ½ szklanki cukru i 5 lub 6 tabliczek żelatyny. Zagotować syrop, włożyć żelatynę (poprzednio wymytą i namoczoną w zimnej wodzie), a w końcu wycisnąć sok z cytryny. Następnie, gdy trochę przestygnie, wlać do szklanego naczynia. Można na tę samą proporcję wziąć dwie cytryny, ale wtedy należy dodać cukru, aby galaretka nie była za kwaśna.

Taką samą galaretkę można zrobić z pomarańczy, dodając jednak zawsze trochę soku cytrynowego.